

ADILSON COSTA FILHO

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM VIRADA MAPA

FICHA DE DESEMPENHO



29/12/19 RIO GRANDE DA SERRA/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

1001



CLASSIFICAÇÃO 33 MF

3 M-55-59



TEMPO LÍQUIDO

00:53:49



TEMPO BRUTO

00:55:04



PACE

DP: 10000m - 00:05:22min/km



VELOCIDADE MÉDIA

11,149km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:37:51

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:51:05

DIFERENÇA

2975 m + 00:15:58

DIFERENÇA

509 m + 00:02:44

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO